

Gym Acro

Plan d'Action - Zone Île-de-France
Saison 2015 - 2016



Brochure commune aux Comités Régionaux IFM - IFO

SOMMAIRE

CONTACTS.....	3
Direction Zone ÎLE-DE-France.....	3
Equipe Technique de la Zone Île-de-France.....	3
Comités régionaux.....	4
Commission technique régionale GAC CRIFMA.....	4
Commission technique régionale GAC CRIFO.....	4
FORMATION CADRES.....	5
ANIMATEUR DES ACTIVITES GYMNIQUES ACROBATIQUES.....	5
INITIATEUR FEDERAL (GAF / GAM / TRA / GAc).....	5
DÉROULEMENT.....	5
FORMATION JUGES.....	6
COMPETITIONS.....	8
CALENDRIER DES COMPETITIONS 2015-2016.....	8
PROGRAMME DE COMPETITION.....	9
REGROUPEMENT DE GYMNASTES.....	12
JOURNÉE D'ENTRAINEMENT EN GYMNASTIQUE ACROBATIQUE.....	12
STAGE DE DECOUVERTE TECHNIQUE + JUGEMENT (ENTRAINEURS + OUVERT AUX PARENTS) EN GYMNASTIQUE ACROBATIQUE.....	12
STAGE DE PERFECTIONNEMENT EN GAC.....	13

CONTACTS

DIRECTION ZONE ÎLE-DE-FRANCE



Zone Ile de France

Directeur Technique de Zone Djamel LOUCIF Tél. : 06 63 73 37 51 @ : djamel.loucif@hotmail.fr	Secrétariat : 15 rue Béthisy - BP 82 93130 Noisy-le-Sec @ : zone.ile-de-france@ffgym.com	Délégué Administratif de Zone Claude BERTHELOT Tél : 06 80 48 54 08 @ : Claudeberthelot92@gmail.com
--	--	--

EQUIPE TECHNIQUE DE LA ZONE ÎLE-DE-FRANCE

Contact de la CTZ GAc : ffgym.zoneidf.gac@gmail.com

Fonctions/Missions	Noms	Mails	Tél
Responsable technique IDF	Capucine RICHARD	capucine.richards@gmail.com	06 11 19 88 95
Responsable des juges IDF	Corinne MERCIER	mercier.jpc@orange.fr	06 81 25 26 10
Responsable formations cadres IDF	Angélique VOYARD	angelique.voyard@gmail.com	06 18 70 71 04
Chargé de mission promotion IDF	Julie TONNEAU	julietonneau@gmail.com ,	0612932858
Délégué administratif IDF	Monique CHARLIER	m.charlier@wanadoo.fr	06 83 17 98 81
Membre	Régis GALEZIEWSKI	raigisse@hotmail.com	06.85.94.61.69
Membre	Elise DECHELETTE	dechelette.elise@gmail.com	06 12 02 14 44
Membre	Typhaine HUCHARD	typhaine.huchard@free.fr	06 63 64 88 60
Membre	Thibaud HUCHARD	thibaud.huchard@hotmail.fr	06 35 93 27 15
Membre	Jennifer BATTEN	jenniferbatten@ymail.com	06 98 26 35 25
Membre	Clarisse HUCHARD	clarisse.h2h@free.fr	06 71 17 86 27

Pôle Espoir BOIS-COLOMBES

claude.berthelot@numericable.fr

COMITÉS RÉGIONAUX

 Comité Régional Île-de-France Ouest	 Comité Régional Île-de-France Marne
Comité Régional de Gymnastique Île de France Ouest	Comité Régional de Gymnastique Île de France Marne
21 avenue Pierre CURIE 78210 Saint-Cyr-l'École Tél. : 01 72 67 40 00 Email : ffg.crifo@orange.fr Site : www.crifo-ffgym.com	15 rue Béthisy - BP 82 93130 Noisy-le-Sec Tél. : 01 49 42 94 91 - Fax : 01 49 42 93 82 Email : ifmgym.secretariat@wanadoo.fr Site : www.crifmarne-ffgym.com

COMMISSION TECHNIQUE RÉGIONALE GAC CRIFMA

Fonctions/missions	NOMS Prénoms	Mails	Téléphones
Président	Régis GALEZIEWSKI	raigisse@hotmail.com	06.85.94.61.69
Membre présente au CODIR	Angélique VOYARD	angelique.voyard@numericable.fr	06 18 70 71 04
Membre	Capucine RICHARD	capucine.richards@gmail.com	06 11 19 88 95
Membre	Elise DECHELETTE	dechelette.elise@gmail.com	06 12 02 14 44
Membre administratif	Monique CHARLIER	m.charlier@wanadoo.fr	06 83 17 98 81

COMMISSION TECHNIQUE RÉGIONALE GAC CRIFO

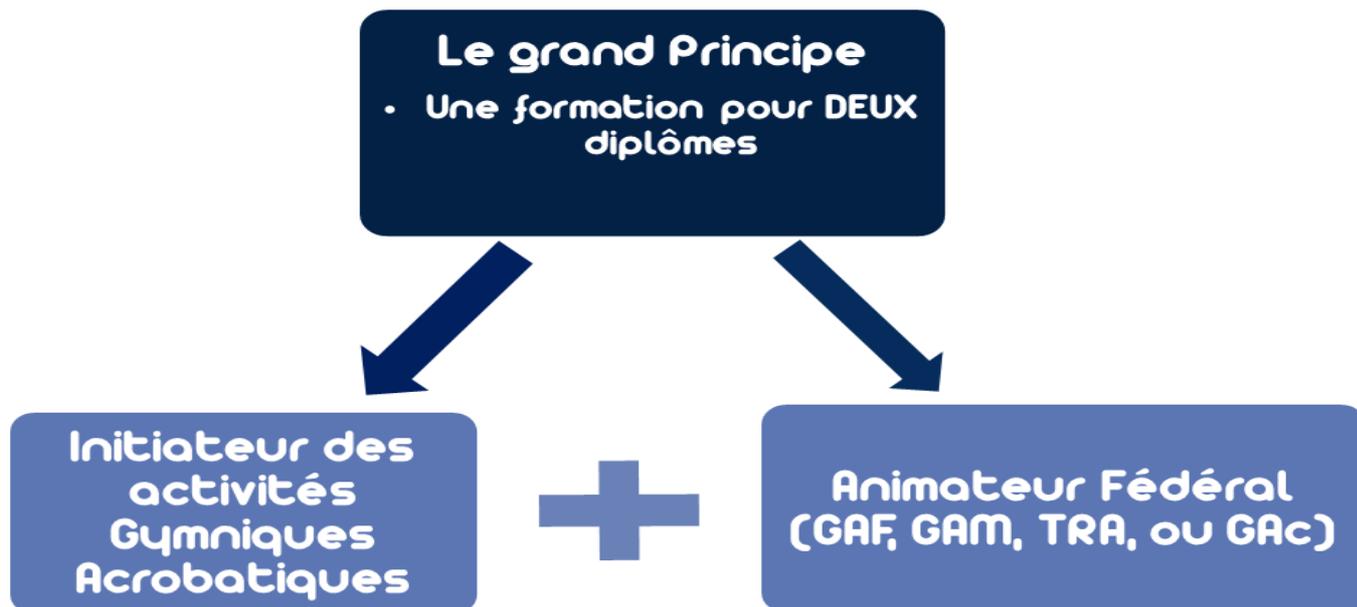
Fonctions/missions	NOMS Prénoms	Mails	Téléphones
Président	Thomas FERRAGUTI	thomas.ferraguti@gmail.com	06 83 30 25 26
Membre	Corinne MERCIER	mercier.jpc@orange.fr	06 81 25 26 10
Membre	Jean Luc Voyeux	voyeux.jeanluc@free.fr	06 07 60 76 87
Membre	Jennifer BATTEN	jenniferbatten@ymail.com	06 98 26 35 25
Membre administratif	Typhaine HUCHARD	typhaine.huchard@free.fr	06 63 64 88 60
Membre administratif	Clarisse HUCHARD	clarisse.h2h@free.fr	06 71 17 86 27
Membre	Thibaud HUCHARD	thibaud.huchard@hotmail.fr	06 35 93 27 15
Membre	Julie TONNEAU	julietonneau@gmail.com,	06 12 93 28 58

FORMATION CADRES

ANIMATEUR DES ACTIVITES GYMNIQUES ACROBATIQUES

INITIATEUR FEDERAL (GAF / GAM / TRA / GAC)

Une formation pour deux diplômes délivrés.



Les deux modules sont obligatoires. La certification délivrera les deux diplômes.

DÉROULEMENT :

La formation se déroule en deux temps :

- 1^{ER} Temps : Formation animateur AGA (organisée dans les départements)
- 2nd Temps : Formation initiateur (GAF, GAM, TRA OU GAc - organisée dans les régions)

Cadres (initiateur GAc) :

Dates : déterminées ultérieurement (voir brochure des formations en septembre)

Lieu : Créteil

Intervenant : Angélique VOYARD

Responsable : Angélique VOYARD

Pour tout ce qui concerne les formations de Cadres et de Juges, se référer à la brochure des formations Ile de France de la saison 2015-2016



NOUVEAUTE

FORMATION JUGES

NOUVEAUTE : sur la saison 2015-2016 il est demandé de fournir un juge pour deux formations engagées, deux juges au-delà de deux formations.

Objectif de la formation :

Etre capable de noter l'exécution et l'artistique sur les programmes découverte (niveau 1)
Etre capable de noter l'exécution et l'artistique sur les programmes découverte fédéraux (niveau 2)
Etre capable de noter la difficulté sur les programmes découverte (niveau 2)

Contenu de la formation :

Notation de l'exécution et de l'artistique des exercices (niveau 1 et 2)
Les fautes spécifiques et techniques (niveau 1 et 2)
La réglementation spécifique (niveau 1 et 2)
Connaissance du code de pointage (niveau 1 et 2)
Calcul de la note de difficulté (niveau 2)

Conditions d'inscription :

Etre licencié FFG pour la saison en cours lors de l'inscription
Etre né en 2001 et avant

Déroulement :

Niveau 1 et 2,
2 Week-end de formation avec examen : 18 heures de formation

Date et lieux :

Date limite d'inscription : 16 octobre 2015 au CIFF (www.crifo-ffgym.com)

Formation de Juges 1

- date : 14/15 novembre 2015 et 21/22 novembre 2015
- Lieu : Guyancourt
- Horaires : samedi : 14h – 18h, dimanche 9h30 – 16h30
- Intervenants : Thibaud HUCHARD et Corinne MERCIER
- **responsable** de la formation : **Corinne MERCIER**

Examen de juge 1

- date : 5 décembre 2015
- lieu : Guyancourt
- Horaires : 14h – 18h

Formation de Juges 2

- date : 14/15 novembre 2015 et 21/22 novembre 2015
- Lieu : Guyancourt
- Horaires : samedi : 14h – 18h, dimanche 9h30 – 16h30
- Intervenants : Thibaud HUCHARD et Corinne MERCIER
- **responsable** de la formation : **Corinne MERCIER**

Examen de juge 2

- date : 5 décembre 2015
- lieu : Guyancourt
- Horaires : 14h – 18h

Organisation générale des formations de juges GAc :

Niveau de juge	Structure organisatrice	Accès à la formation	Date limite d'inscription	Tarifs
N1	Zone Ile de France	Etre né en 2001 et avant	16 octobre 2015	A définir €
N2		Avoir 15 ans ou être juge diplômé niveau 1 depuis une saison		

Prérogatives des juges GAc :

Programme		Découverte			Fédéral			National		
Fonction		artistique	exécution	Difficulté	exécution	artistique	Difficulté	exécution	artistique	difficulté
Niveau	N1	Oui	Oui	Non	Non	Non	Non	Non	Non	Non
	N2	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Non	Non	Non	Non
	N3	oui	oui	oui	oui	Oui	oui	oui	oui	Oui sauf juniors seniors
	N4	Toutes fonctions, toutes compétitions								

En engageant une équipe ou des individuelles dans une filière, le club doit s'assurer qu'il pourra fournir le juge du niveau requis. Il incombe donc aux clubs de prévoir un plan de formation de ses juges en fonction de ses intentions compétitives, et de planifier la répartition de ses juges pour la saison.

COMPETITIONS

TARIFS ENGAGEMENTS AUX COMPÉTITIONS IDF 2015/2016

Gymnastique Acrobatique	Compétitions Zone		Compétitions régionales	
	Finale Nationale	Finalité zone	Sélectives Découverte	
			CRIFO	CRIFMA
Duo	23 €	13 €		
Trio	23 €	13 €		
Équipe Challenge	/	18 €	/	/

RAPPEL

Le paiement des engagements devra être effectué **impérativement 10 jours avant la date de la compétition**, soit par virement bancaire, soit par chèque à l'attention de la Zone Île-de-France.

Tout paiement effectué après la date limite (cachet de la poste faisant foi), l'engagement des compétiteurs ne sera pas pris en compte.

- Règlement par chèque à l'ordre de la Zone Ile-de-France, 15 rue Béthisy – BP 82 – 93130 NOISY LE SEC
- Règlement par virement : IBAN FR76 1020 7000 3821 2159 1777 648 BIC CCBPFRPPMTG

CALENDRIER DES COMPÉTITIONS 2015-2016

Filière Découverte

Compétitions	Dates	Lieux	Observations	Date limite d'engagement
1 ^{ère} sélective	24 janvier 2016	IFM		3/01/2016
2 ^{ème} sélective	14 février 2016	IFO	+ fédéraux : avec praticable dynamique	26/01/2016
<i>finale de zone</i>	13 mars 2016	A déterminer	Sur le lieu de la Sélective Interrégionale 1 (interzones) (GAC-TU)	13/02/2016
Trophée régional par équipe IDF	19-20 mars 2016	Neuilly sur Marne	Lors du Festigym Ile-de-France	10/02/2016
Challenge national	Du 20 au 22 mai	Albertville	Lors du Festigym national	Brochure technique nationale
Trophée national individuel	5 juin 2016	Rouen	Lieu du championnat de France GAC	Brochure technique nationale

FILIERE FÉDÉRALE ET NATIONALE

Compétitions	Dates	Lieux	Catégories Fédérales	Catégories Nationales
Sélective Interrégionale 1 (interzones)	12-13 mars 2016	Zone IDF	x	X
Sélective Interrégionale 3 (1/2 finales nord)	16-17 avril 2016	Coudekerque Zone Nord	x	X
Sélective Interrégionale 2 (Zones Open)	23-24 avril 2016	Zone Est	x	
Masters (coupes nationales)	7-8 mai 2016	Metz		X
Championnat de France	3-4 juin 2016	Rouen	x	X

PROGRAMME DE COMPETITION

1- LA FILIERE DECOUVERTE

a - COMPOSITION DES ENCHAÎNEMENTS

Cf. Figurines et clarifications sur le site fédéral : www.ffgym.com / extranet / base documentaire / technique et sportif / Gymnastique Acrobatique.

Les duos doivent présenter un enchaînement Découverte 1, 2 ou 3 duo et les trios un enchaînement Découverte 1 ou 2 trio, répondant aux exigences suivantes :

- comprendre 4 éléments collectifs, et 4 éléments individuels, choisis dans le tableau correspondant au niveau de compétition. Ces éléments doivent appartenir à des familles différentes. Chaque famille correspond à une ligne du tableau.

Rappel : les éléments collectifs statiques doivent être maintenus 3" et les éléments individuels de maintien doivent être tenus 2"

- Les partenaires d'un duo ou d'un trio peuvent choisir un élément individuel différent dans la même famille. Dans tous les cas, chaque élément individuel d'une même famille doit être réalisé simultanément par les partenaires ou en succession immédiate.
- Pour chaque famille, il existe 3 degrés de difficulté (A, B et C) ; le degré de difficulté choisi peut être différent selon les familles,
- l'ordre des éléments collectifs et individuels est libre. Les éléments sont reliés entre eux par de la chorégraphie.
- Les différents partenaires peuvent changer de rôle en fonction des éléments collectifs réalisés. Les enchaînements sont présentés obligatoirement en musique. La durée maximale de l'exercice est de 2 minutes (le chronomètre est déclenché dès le premier geste de l'un des partenaires. La fin de l'exercice est la position statique des partenaires, qui doit coïncider avec la fin de la musique). Les enchaînements sont présentés sur un praticable dynamique.

b - TENUES DES COMPÉTITEURS

Les partenaires doivent porter des tenues identiques ou complémentaires. Les filles sont en justaucorps ou en académique. Les garçons sont en léotard avec un short de gymnastique ou un pantalon long de gymnastique. Les chaussettes unies et les chaussons sont autorisés.

Il est interdit de porter des bijoux et/ou des percings.

c - ÉVALUATION DES EXERCICES

La note finale se calcule de la façon suivante : note de difficulté – pénalités + note Exé (note moyenne à l'exécution/10) + note Art (note moyenne à l'artistique/3)

Une note de difficulté est attribuée à l'exercice de la façon suivante : somme des valeurs en difficulté des 4 éléments collectifs et des 4 éléments individuels (*moyenne des valeurs des éléments des partenaires*). La valeur en difficulté de chaque élément est donnée selon le degré de difficulté de l'élément :

Pour les éléments individuels le calcul de la difficulté se fait de la façon suivante :

Somme des valeurs de tous les éléments réalisés Nombre de partenaires Le résultat est arrondi à la décimale la plus proche avec

.05 arrondi à la décimale supérieure.

Exemple : en trio les partenaires réalisent les éléments suivants :

- Maintien : A + A + B Souplesse : C + C + A
- Agilité : B + B + B Tumbling : A + B + C = $0.1+0.1+0.2+0.3+0.3+0.1+0.2+0.2+0.2+0.1+0.2+0.3$
= $2.3/3=0.766$ Le total des éléments individuels de ce trio est 0.8

Tous les éléments individuels et collectifs réalisés, ainsi que les fautes techniques dans la chorégraphie, sont notés à l'exécution.

Pénalisation par le juge à la difficulté de 1 point à chaque élément collectif ou individuel imposé manquant non tenté à cause duquel une famille d'éléments n'est pas représentée.

Lorsqu'un élément est réalisé mais n'est pas conforme aux dessins et aux clarifications s'y rapportant, le juge à la difficulté pénalise de 1 point l'élément collectif ou individuel manquant et à cause duquel une famille d'éléments n'est pas représentée et la valeur en difficulté de cet élément n'est pas prise en compte.

En cas d'interruption d'un élément collectif ou individuel imposé, les juges à l'exécution pénalisent soit de 0.5 pour élément non fini, soit de 1.0 pour chute. L'élément ne compte pas pour les exigences spécifiques : la famille n'étant pas représentée, le JD pénalise de 1 point l'exigence manquante (l'élément peut être recommencé ; dans ce cas, il n'y a pas de pénalité pour exigence manquante) et la valeur en difficulté de cet élément n'est pas prise en compte. La faute de temps maximale de 0.9 est donnée par le JD dans le cas d'un élément collectif de maintien ou de 0.6 dans le cas d'un élément individuel de maintien.

Un élément réalisé mais non inscrit sur la carte de compétition remplit l'exigence de représentation de la famille à laquelle il appartient mais sa valeur en difficulté n'est pas prise en compte.

Les critères de notation exécution sont à consulter dans le code de pointage FIG gymnastique acrobatique.

Les critères de notation artistique sont issus du code de pontage FIG Gymnastique Acrobatique. Seul l'aspect « Chorégraphie » sur 3 points est pris en compte (cf. article 47.2 du CdP).

Les pénalités spécifiques sont à consulter dans le code de pointage FIG Gymnastique Acrobatique.

2- COMPÉTITIONS DÉCOUVERTE :

a. Des compétitions sélectives

Appelées 1ère Sélective et 2ème Sélective Découverte sur le tableau des compétitions.
La participation à l'une de ces deux compétitions est obligatoire pour pouvoir participer à la finale de zone.

b. Une finale de zone

Elle permet la qualification éventuelle au Trophée National des programmes découverte (Se référer au Règlement technique TSA 2015-2016).

c. Le Trophée National des programmes Découverte

Le trophée national est organisé en parallèle avec le Championnat de France 2016.
Les duos ou trios sont sélectionnés à partir des seules finales de zone de la Filière Découverte
Les 7 premières formations de chaque catégorie sont sélectionnées.
La liste nationale des sélectionnés est élaborée au niveau national sur la seule base des résultats des finales de zone.

3- FILIÈRE FÉDÉRALE :

Une compétition est organisée en parallèle de la sélective n°2 découverte.
Cette compétition ouverte à tous les licenciés FFG de la zone IDF concourant en filière fédérale est NON SELECTIVE au Championnat de France Fédéral 2016.

Rappel :

Une sélective supplémentaire pour les championnats de France de la filière fédérale sera positionnée lors de la finale de zone OPEN.

REGROUPEMENT DE GYMNASTES

JOURNÉE D'ENTRAÎNEMENT EN GYMNASTIQUE ACROBATIQUE

La zone Ile de France a le plaisir de vous inviter à participer à la journée d'entraînement en gymnastique acrobatique :

Date : 6 décembre 2015 de 10h à 12h (découverte 1, duo-trio) AVEC ENTRAÎNEUR CLUB OBLIGATOIRE

Date : 6 décembre 2015 de 14h à 17h (découverte 2 et 3, duo-trio) AVEC ENTRAÎNEUR CLUB OBLIGATOIRE

Lieu : Bois Colombes (à confirmer)

Inscription gratuite : directement sur www.crifo-ffgym.com

Date limite : 7 novembre 2015

JT.GAC.DEC

N'hésitez pas à contacter les responsables techniques au sujet des attentes éventuelles.

STAGE DE DECOUVERTE TECHNIQUE + JUGEMENT (ENTRAÎNEURS + OUVERT AUX PARENTS EN GYMNASTIQUE ACROBATIQUE

La zone Ile de France a le plaisir de vous inviter à participer à un stage de découverte en gymnastique acrobatique :

Date : le 24 janvier 2015

Horaires : à l'issue de la 1^{ère} sélective

Lieu : sur le lieu de la compétition

Inscription gratuite : directement sur www.crifo-ffgym.com

Date limite : 3 janvier 2016

JT.GAC.PERF

STAGE DE PERFECTIONNEMENT EN GAC

La zone Ile de France a le plaisir de vous inviter à participer à un stage de perfectionnement en gymnastique acrobatique :

Date : 19 et 20 décembre 2015

Horaires : début 10h fin vers 19h

Lieu : CDFAS à Eaubonne

Inscription : sur le site du CRIFO

**Inscription : directement sur www.crifo-ffgym.com
Date limite : 19 novembre 2015
JT.GAC.STG**

PUBLIC CONCERNE : de la catégorie jeunesse à la catégorie sénior.

Un entraîneur et une formation (duo OU trio) par club francilien qui souhaitent se perfectionner en Gymnastique Acrobatique (sous réserve des places disponibles).

PROGRAMME: précisé ultérieurement en fonction des besoins des entraîneurs.

Frais pédagogiques et pension complète pour le stage :

- 40 € par gymnaste
- 80 € par entraîneur